

§ シルバーシティ駒込 令和5年3月 月間予定表 §

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			8:55～ ラジオ体操 ★3月お誕生日会 14:00～ 音楽教室	8:55～ ラジオ体操 14:00～幸和往診 定期健康チェック 14:00～ ヨガ教室	8:55～ ラジオ体操 9:30～ほっこりケア ★お雛祭り（昼食特別食） 14:00～ かんたん社交ダンス 13:30～ほっこりケア	8:55～ ラジオ体操 10:00～カラオケ 14:00～ シネマの日
5	6	7	8	9	10	11
8:55～ ラジオ体操 14:00～ ごぼう体操	8:55～ ラジオ体操 14:00～ カラオケ	8:55～ ラジオ体操 8:30～エアコン フィルター清掃 14:00～詩吟の会	8:55～ ラジオ体操 14:00～ 音楽教室	8:55～ ラジオ体操 14:00～ ヨガ教室	8:55～ ラジオ体操 14:00～ かんたん社交ダンス	8:55～ ラジオ体操 10:00～カラオケ 14:00～ 座ってエアロ（リモート）
12	13	14	15	16	17	18
8:55～ ラジオ体操 14:00～ まとはゆう音楽会 14:00～BLA	8:55～ ラジオ体操 14:00～ 歌声広場	8:55～ ラジオ体操 ★ホホワイトデー 14:00～ 詩吟の会	8:55～ ラジオ体操 14:00～ 音楽教室	8:55～ ラジオ体操 14:00～ヨガ教室お休み 14:30～エレベーター 点検	8:55～ ラジオ体操 9:30～ほっこりケア 14:00～ かんたん社交ダンス 13:30～ほっこりケア	8:55～ ラジオ体操 10:00～カラオケ 14:15～ 絵画を見てお話をする会
19	20	21	22	23	24	25
8:55～ ラジオ体操 14:00～ ごぼう体操	8:55～ ラジオ体操 14:00～ カラオケ	8:55～ ラジオ体操 14:00～ 詩吟の会	8:55～ ラジオ体操 10:00～建設設備 定期調査 14:00～ 音楽教室	8:55～ ラジオ体操 14:00～ ヨガ教室 13:00～ほっこりケア	8:55～ ラジオ体操 14:00～ かんたん社交ダンス	8:55～ ラジオ体操 7:00～入居者健診 14:00～ 座ってエアロ （リモート）
26	27	28	29	30	31	
8:55～ ラジオ体操 14:00～ 第4回入居者懇談会	8:55～ ラジオ体操 14:00～ 歌声広場 最終回	8:55～ ラジオ体操 11:00～設備巡視点検 14:00～ 詩吟の会 14:00～受変電設備点検	8:55～ ラジオ体操 14:00～ 音楽教室 最終回	8:55～ ラジオ体操 14:00～ ヨガ教室	8:55～ ラジオ体操 14:00～ かんたん社交ダンス	*やまとむら歯科 往診 毎週月曜日